



**CIRCULAR 73-2019. ANEXO CIRCULAR 69-2019.
XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MÁSTER EN PISTA AO AIRE LIBRE.
HORARIO DEFINITIVO, CADENCIAS.**

- A todas as delegacións da FGA.
- A todos/as os/as asembleístas
- A todos os clubs galegos con licenza vixente
- A todos/as os/as adestradores/as con licenza vixente
- A todos/as os/as xuíces/zas galegos/as con licenza vixente

A F.G.A. organiza o día 9 de xuño o Campionato de Galicia Máster de pista ao aire libre, nas pistas de atletismo do INEF - Bastiagueiro en A Coruña, en xornada de mañá.

HORARIO				
XORNADA DE TARDE				
400 valados	Homes-Mulleres	15:00	Pértega	Homes/Mulleres
			Triplo	Homes
			Disco 2-1,5	Homes
100	Mulleres	15:20		
100	Homes	15:40		
		15:50		
1.500	Homes	16:10	Lonxitude	Mulleres
		16:20	Disco 1-800	Homes/Mulleres
1.500	Mulleres	16:30		
			Peso 6-7,260	Homes
110/100 v.	Homes	16:45		
		16:50	Altura	Homes/Mulleres
100v/80mv	Mulleres	17:05		
		17:10	Xavelina 800-700	Homes
400	Mulleres	17:20	Martelo Pes +60	Homes
			Martelo Pesado	Mulleres
400	Homes	17:30		
800	Mulleres	17:50		
800	Homes	18:00		
200	Mulleres	18:15	Xavelina 600-500	Homes/Mulleres
200	Homes	18:30	Martelo Pes. 35-59	Homes
3000 obs	Homes	19:00	Lonxitude	Homes
		19:10	Martelo 3-4-5	H-M
5000	Homes/Mulleres	19:20	Peso 5-4-3	Homes/Mulleres
		19:48		
		20:00	Martelo 6-7,260	Homes
4x100	Mulleres	20:15		
4x100	Homes	20:22		
4x400	Mulleres	20:30		
4x400	Homes	20:40		

*As probas de marcha serán disputadas de forma conxunta no Campionato de Galicia de Clubs Máster.



CIRCULAR

Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13
15008 A Coruña. - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

SAÍDA A PISTA TRAS A PRESENTACIÓN Á CÁMARA DE CHAMADAS

Carreiras: 10min antes da hora oficial da proba

Carreiras valadas: 15min antes da hora oficial da proba

Concursos (agás pértega): 30min antes da hora oficial da proba

Pértega: 45min antes da hora oficial da proba

* Entrada en Cámara de chamadas, ata cinco minutos antes da saída oficial a pista.

* Os atletas terán a obrigaón de saír á zona de competición coa camiseta posta. Non poderán saír ca camiseta na man ou gardada

Cadencias

Altura: 1m+5cm ata 1.20m +3cm

Pértega: A máis baixa solicitada y +10cm.

A Coruña, 6 de xuño de 2019



Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo